

## HUBUNGAN KESEPIAN DENGAN DEPRESI PADA LANSIA DI SEKSI KESEJAHTERAAN SOSIAL LANJUT USIA PADU WAU MAUMERE KABUPATEN SIKKA

Maria Lambertina Berek Aran<sup>1</sup>, Yustina Yantiana Guru<sup>2</sup>, Ariyanto Ayupir<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Staf Pengajar Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Nusa Nipa  
email: [inapugelmaria@gmail.com](mailto:inapugelmaria@gmail.com)

### ABSTRAK

Latar belakang : kesepian yang terjadi pada lansia sekarang ini banyak terjadi, hal ini dikarenakan karena perubahan zaman, yaitu anak dan cucu yang menganggap lanjut usia itu tidak berguna dan karena kesibukan mereka di luar rumah sehingga lanjut usia di masyarakat tidak diperhatikan dan jika kesepian ini dibiarkan maka akan terjadi depresi yang dapat menimbulkan keinginan untuk bunuh diri.

Tujuan Penelitian : Diketuainya hubungan antara kesepian dengan depresi pada lansia di Seksi Kesejahteraan Lanjut Usia Padu Wau Maumere Kabupaten Sikka.

Metode Penelitian : penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif korelasi non-eksperimental dengan pendekatan cross-sectional, yang menggunakan alat ukur kuesioner. Teknik sampel yang digunakan adalah total sampling. Subyek dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang bertempat tinggal di Seksi Kesejahteraan Lanjut Usia Padu Wau Waipare Kabupaten Sikka. Analisa data menggunakan rumus Kendall Tau, uji vliditas menggunakan rumus Product Moment dan uji reliabilitas menggunakan Alpha Test.

Hasil :kesepian pada lanjut usia tahun 2019 adalah sedang sebanyak 23 (38,3%), sedangkan depresi pada lanjut usia paling banyak depresi ringan adalah 34 (56,7%), uji statistik Kendall Tau ditunjukan dengan nilai korelasi Kendall Tau ( $\tau$ ) sebesar 0,606 dan taraf signifikansi ( $p$ ) 0,000 dengan menggunakan derajat kealphaan 5% degan tingkat kepercayaan 95% ( $p > 5\%$ ) maka ada hubungan antara kesepian dengan depresi pada lanjut usia (lansia) di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau waipare kabupaten sikka. Saran : bagi lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau waipare kabupaten sikka tahun 2019, agar menambah kegiatan misalnya kegiatan sosial merangkai bunga.

Kata kunci : kesepian, depresi, lanjut usia (lansia)

**THE CORRELATION SLONELINESS AND DEPRESSION ON THE ELDERLY IN  
THE ELDERLY WELFARE SECTION PADU WAU MAUMERE AT SIKKA REGENCY**

Maria Lambertina Barek Aran<sup>1</sup>, Yustina Yantiana Guru<sup>2</sup>, Ariyanto Ayupir<sup>3</sup>

Lecturer of the Faculty of Health Sciences, Nusa Nipa University  
Email: [inapugelmaria@gmail.com](mailto:inapugelmaria@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Background: Loneliness happening to the elderly often occurs recently. This is due to the change in the way people live, that is, children and grandchildren that consider the elderly are not useful anymore and because they are busy outside their houses, the elderly in the community are not well cared.*

*This results in loneliness to elderly, and if the loneliness runs for quite long time, depression may occur and may result in desire to commit suicide. The aim of the research: This research was aimed at identifying the correlation between loneliness and depression on the elderly in : the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency*

*This research applied the design of descriptive non-experimental with cross sectional approach through questionnaires to be the measurer tool. The samples were taken using the total sampling technique. The subjects of this research were elderly residing in the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency . The data was analyzed using the Kendall Tau formula, and the validity test used product moment formula and the reliability test used alpha.*

*Result: Loneliness on elderly in the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency 2019 is average with the number of 23 elderly (38,3%), while the depression on elderly in the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency year 2019 was 34 elderly (56,7%). The statistical test of Kendall Tau was indicated with the correlation value of Kendall Tau ( $\tau$ ) was 0,606 and the significance level of ( $p$ ) 0,000 using the alpha degree of 5% with the trust level of 95% ( $p > 5\%$ ).*

*It can be concluded that there was a significant correlation between loneliness and depression on elderly in the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency year 2019. Suggestion: the elderly welfare section padu wau maumere at sikka regency year 2019 should increase the number of activities which do not yet exist for elderly. Loneliness can be overcome if the elderly are active in society.*

*Keyword : Loneliness, Depression, Elderly*

## PENDAHULUAN

Kesepian pada lanjut usia harus ditanggulangi dengan cermat dan seksama, jika tidak akan mempengaruhi fungsi kehidupan lansia diantaranya lansia akan menarik diri dari interaksi sosial dimasyarakat, merasa tidak berguna karena kurang diperhatikan oleh keluarga dan sanak saudara karena kesibukan mereka bekerja di luar rumah. Lansia yang mengalami kesepian jika tidak ditangani secara serius akan menimbulkan depresi pada lansia, depresi pada lansia sulit dikenali dan jika depresi ini semakin larut maka lansia akan semakin menarik diri dan semakin merasa tidak berguna dan hal ini dapat memicu untuk keinginan bunuh diri. Seiring dengan semakin meningkatnya populasi lansia, pemerintah telah merumuskan berbagai kebijakan pelayanan kesehatan lansia ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kehidupan lansia untuk mencapai masa tua bahagia dan berdaya guna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat sesuai dengan keberadaannya. Sebagai wujud nyata pelayanan sosial dan kesehatan pada kelompok lansia ini pemerintah telah mencanangkan pelayanan pada lansia melalui beberapa jenjang. Pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat adalah posyandu lansia, pelayanan kesehatan lansia tingkat dasar adalah puskesmas dan pelayanan kesehatan tingkat lanjutan adalah rumah sakit (Erfandy, 2008, kebijakan pelayanan kesehatan lansia, 8 Juni 2019). Pandangan masyarakat tentang lansia adalah sering dianggap identik dengan pikun, jompo, ringkih, sakit-sakitan, dan menghabiskan uang untuk berobat. Karena kurangnya perhatian pada lansia dan pandangan yang salah di masyarakat lansia sering dikucilkan, disembunyikan, tidak dibawa ke rumah sakit karena keluarga menganggap itu penyakit karena usia yang sudah lanjut. Di

Indonesia saat ini jumlah lansia yang mengalami depresi karena kesepian mencapai 12 juta lansia atau sekitar 50%. Di kabupaten sikka sendiri kejadian depresi karena kesepian mencapai 32% dari jumlah penduduk lansia di kabupaten sikka. Angka tersebut menunjukkan jumlah lansia yang mengalami depresi karena kesepian sangat tinggi. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka pada tanggal 22 April 2019 adalah jumlah lansia ada 60 lansia. Pada tanggal 29 November 2018 ada kejadian bunuh diri karena lansia tersebut merasa depresi yang disebabkan oleh kesepian. Angka depresi karena kesepian yang terjadi di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka 2019 sebanyak 45 lansia atau sekitar 75%.

## METODE

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif non eksperimental, dengan pendekatan cross sectional. Rancangan penelitian ini adalah korelasi. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel terikat yaitu depresi pada lansia, variabel bebas yaitu kesepian pada lansia. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka tahun 2019. Teknik pengambilan data menggunakan total sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh lansia yang ada di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka tahun 2019. Teknik analisa data menggunakan uji statistik Kendall Tau

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran tempat penelitian Secara geografis, seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau waipare kabupaten sikka berada di kabupaten sikka kecamatan waipare terdapat kegiatan posyandu lansia yang

diadakan secara rutin setiap 2 bulan sekali yaitu setiap tanggal 3. Kegiatan dalam posyandu lansia merupakan pemeriksaan kesehatan rutin yang meliputi pengukuran tekanan darah, penimbangan berat badan, serta penyuluhan-penyuluhan tentang kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan lansia. Pengajian rutin lansia juga diadakan seminggu sekali yaitu tiap malam jumat. Senam pagi bagi lansia juga diadakan 2 kali dalam seminggu, yaitu pada hari senin dan hari kamis. Semua lansia selalu berpartisipasi dalam kegiatan senam lansia dan posyandu lansia yang diadakan di panti jompo seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere 2. Pembahasan Kesepian pada Lanjut Usia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere Menurut Sundbery (2007), kesepian adalah respon terhadap tidak adanya penguatan-penguatan sosial yang berarti yaitu tidak adanya hubungan sosial yang memuaskan yang diterima oleh seseorang, disertai dengan gejala-gejala psikologis. Kesepian sebagian besar lansia yang ada di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere adalah sedang (38,3%), hanya 25% lansia yang merasakan tingkat kesepian tinggi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kehidupan sosial lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere cukup baik. Meskipun masih terdapat sebagian kecil lansia yang mengalami tingkat kesepian yang tinggi. Sebagian besar lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere mengalami kesepian sedang yaitu 38,3%, dikarenakan lansia yang ditinggalkan sendiri di rumah karena kesibukan anggota keluarga dan sebagian besar lansia tidak bekerja sehingga jaringan sosial yang mereka miliki sangat berkurang. Lansia tidak mau untuk saling mengunjungi dan saling bertukar cerita untuk menghilangkan kejenuhan yang dirasakan, mereka lebih memilih tinggal diam di rumah disebabkan karena mereka

merasa lansia tidak bisa diterima di masyarakat lagi karena sudah tidak berguna. Data ini didapatkan dari lansia itu sendiri, lansia selalu bercerita kehidupan yang dialaminya setelah mereka selesai mengisi kuesioner, atau bisa disebut data informal. Kesepian yang lansia alami dikarenakan kurangnya perhatian dari keluarga karena kesibukan sehingga lansia tidak mendapatkan perhatian dan perawatan dari keluarga dan kurangnya jaringan sosial di masyarakat sekitar lansia. Menurut Lueckenotte (2000), penyebab kesepian pada lansia adalah kesepian emosional yaitu hilangnya hubungan yang signifikan dalam hidup seperti kematian atau perceraian, tidak adanya attachment figure (orang yang dapat memberikan rasa aman dan tentram dalam hati), diacuhkan dan tidak diperhatikan oleh keluarga karena kesibukan mereka. Kesepian sosial yaitu berkurangnya jaringan sosial atau tidak adanya tempat bagi lansia dalam masyarakat. Lansia yang termasuk dalam kesepian tipe ini akan merasakan kebosanan, kurang fokus, merasa dimarginalkan atau ditolak oleh kelompoknya. Kesepian yang lansia alami bisa diatasi jika lansia mau menjalin interaksi sosial dengan masyarakat sekitar dan saling mengunjungi sesama lansia, serta dari keluarga yang mau mengerti kondisi lansia yang sangat membutuhkan dan tergantung pada orang lain. Tapi keberhasilan dalam mengatasi atau keluar dari rasa kesepian yang dialami tergantung pada diri lansia itu sendiri Lueckenotte (2000). Penelitian yang dilakukan oleh Sherly (2005) menunjukan bahwa kesepian yang lebih dirasakan oleh penghuni panti werda berkaitan dengan kesepian sosial dan kesepian emosional yang berkaitan dengan kondisi masyarakat Indonesia dimana kebutuhan akan kedekatan dengan keluarga masih belum dapat digantikan dengan kedekatan teman seusia, jadi lansia merasa enggan untuk menjalin pertemanan dengan

teman seusianya. Depresi pada Lanjut Usia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka Depresi pada lansia ditandai dengan adanya gangguan nafsu makan, perubahan dalam buang air besar, gangguan tidur, penurunan energi, perasaan tidak berharga, sering menangis, merasa kesepian, rasa bersalah yang tidak tepat, sulit berfikir atau konsentrasi, munculnya fikiran berulang-ulang tentang kematian atau usaha bunuh diri (Agus, 2003). Lansia di seksi kesejahteraan sosial lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka mengalami depresi ringan (56,7%), ini berarti bahwa terdapat kemungkinan lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka, mengalami beberapa masalah ringan yang berakibat pada timbulnya depresi ringan. Depresi ringan yang dialami oleh lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu lansia merasa tidak berguna bagi masyarakat dan keluarga, kurangnya kasih sayang dan terbatasnya ruang gerak bagi lansia. Menurut Symsir (2008), depresi pada lansia lebih dipengaruhi oleh stresor keluarga, yaitu keluarga yang tidak mau memperhatikan dan bersikap acuh karena kesibukan di luar rumah. Selain itu penyebab depresi pada lansia dikarenakan adanya penarikan sosial di masyarakat, karena lansia merasa bahwa mereka sudah tidak dibutuhkan lagi dan merasa malu untuk berinteraksi dengan masyarakat. Jika perasaan depresi didiamkan dan tidak ditangani secara serius maka depresi pada lansia ini dapat mengakibatkan suatu keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Penelitian yang dilakukan di masyarakat daerah Sumarta Barat menunjukkan bahwa depresi merupakan ancaman serius terkait dengan masalah kesehatan mental pada lansia yang hidup dalam masyarakat. Depresi pada lansia di masyarakat dikarenakan adanya penurunan kualitas

hidup seperti pensiun, mereka tidak mempunyai pekerjaan sehingga hanya berdiam diri tanpa mau berinteraksi dengan masyarakat sekitar. Stresor yang didapat dari keluarga sangat berpengaruh seperti keluarga yang sibuk, menganggap lansia sudah tidak berguna karena sudah tidak bisa kerja.

Hubungan kesepian dengan depresi pada lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka.

mengalami kesepian sedang, ini disebabkan karena keluarga yang acuh, tidak memperhatikan lansia karena kesibukan para anggota keluarga di luar rumah, sehingga akan menimbulkan kesepian emosi pada lansia sendiri. Sedangkan kesepian sosial meliputi lansia tidak mau berinteraksi dengan teman seusia atau dengan tetangga sekitar. Lansia hanya diam di rumah tanpa melakukan suatu kegiatan karena sebagian besar mereka tidak bekerja. Depresi yang terjadi pada lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere adalah depresi ringan. Depresi ini terjadi karena lansia mengalami stres yang bersumber dari keluarga yang acuh, tidak diperhatikan oleh keluarga. Rasa enggan untuk melakukan interaksi sosial dengan masyarakat sekitar dikarenakan mereka merasa malu dan beranggapan bahwa lansia itu sudah tidak layak lagi untuk bergabung dan mengikuti kegiatan-kegiatan di masyarakat. Lansia hanya diam di rumah tanpa ada yang menyadari bahwa mereka depresi. Jika depresi ini dibiarkan semakin laut maka akan menimbulkan suatu keinginan untuk mengakhiri hidupnya. Kesepian dan depresi yang rendah di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka ini karena lansia masih mempunyai kegiatan rutin yang dilakanakan oleh masyarakat seperti senam lansia, pengajian, posyandu. Lansia bisa saling bertukar pikiran saat mereka bertemu di kegiatan yang dilaksanakan. Walaupun sebagian besar

lansia tidak bekerja tapi mereka masih bisa bertemu dengan teman seusia minimal 2 seminggu. Secara tidak langsung dapat mengurangi rasa kesepian mereka. Hubungan kesepian sedang dengan depresi ringan pada lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka berhubungan erat, karena semakin tinggi kesepian lansia maka akan semakin tinggi juga depresi yang dialami oleh lansia. Hubungan kesepian dan dengan depresi yang ditunjukkan oleh koefisien Kendall Tau sebesar 0,606 adalah erat. Hasil pengujian menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel signifikan. Semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan oleh lansia, maka akan semakin tinggi pula tingkat depresi yang terjadi. Ada hubungan antara kesepian dengan depresi pada lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Octavia (2005) yaitu ada hubungan antara kesepian dengan depresi pada lanjut usia (lansia). Semakin tinggi kesepian yang dialami maka depresi yang dialami juga akan tinggi, tetapi jika semakin rendah kesepian maka depresi mungkin saja tidak terjadi. Kesepian sebagai salah satu penyebab utama depresi, harus mendapat penanganan yang serius. Salah satu kegiatan yang paling efektif untuk perawatan kesepian adalah terapi kelompok. Pembentukan kelompok lansia dapat membangun semangat para lansia, sehingga dapat membebaskan diri dari kesepian. Kegiatan-kegiatan dalam kelompok dapat disesuaikan dengan kondisi lansia. Jika para lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka bisa mendapatkan rekan-rekan yang saling mendukung sehingga dapat menekan kesepian yang dialami, maka tingkat depresi dapat dihindari. Sehingga semakin hari, lansia dapat merasa semakin berarti dan memiliki kepercayaan diri yang

Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat  
ISSN 2460 - 9374  
menjauhkan lansia dari depresi yang berkepanjangan.

## KESIMPULAN

Beberapa kesimpulan yang diperoleh berdasarkan hasil pengujian dan analisis data adalah sebagai berikut : 1. Berdasarkan hasil pengelompokan data disimpulkan bahwa sebagian besar lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere kabupaten sikka, memiliki tingkat kesepian sedang (38,3%). Kelompok lansia yang memiliki tingkat kesepian rendah sebanyak 36,7%, dan sisanya sebanyak 25% mengalami tingkat kesepian tinggi. 2. Berdasarkan hasil analisis data disimpulkan bahwa 23,3% lansia tidak mengalami depresi, 56,7% lansia mengalami depresi ringan dan 20% mengalami depresi sedang-berat. Dengan demikian disimpulkan bahwa lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere mengalami depresi ringan. 3. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diketahui bahwa ada hubungan kesepian dengan tingkat depresi pada lansia di seksi kesejahteraan lanjut usia padu wau maumere. Hasil pengujian menunjukkan angka koefisien korelasi sebesar 0,606, dan nilai probabilitas  $p < 0,05$ . Saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah : disarankan untuk mengadakan suatu jenis kegiatan sosial seperti merangkai bunga atau kegiatan memanfaatkan barang bekas agar lansia memiliki kegiatan positif untuk mengisi waktu kosong karena sebagian besar para lansia tidak memiliki pekerjaan, hal ini juga dapat meningkatkan interaksi sosial untuk menekan kesepian yang dialami oleh lansia. Yang kedua Perawat puskesmas disarankan untuk bisa mengadakan bimbingan konseling psikologis pada lansia, agar lansia bisa terhindar dari kesepian dan depresi. Yang ketiga Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik wawancara bila

melakukan penelitian yang berhubungan dengan lansia, karena menggunakan teknik kuesioner peneliti akan mengalami kesulitan yang disebabkan kebanyakan lansia tidak bisa membaca dan menulis, jadi peneliti harus membacakan isi dari pernyataan kuesioner. besar 0,000 ( $< 0,05$ ).

#### DAFTAR PUSTAKA

Anonim. 2000. Keperawatan gerontik Edisi 2. Jakarta : EGC.

Anonim. 2007. Mengenal Kesehatan Lansia. [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id). Accessed 22 April 2018.

Anonim. 2007. Kesehatan Lansia Menurun Akibat Kesepian. [www.resep.web.id](http://www.resep.web.id). Accessed 22 April 2009.

Anonim. 2008. Kesimpulan Laporan Penelitian. [www.laporanpenelitian.com](http://www.laporanpenelitian.com). Accessed 5 Agustus 2009.

Anonim. 2009. Daftar UMR di Indoneasia. [www.nagasakti.mervpolis.com](http://www.nagasakti.mervpolis.com). Accessed 19 Mei 2009.

Anonim. 2009. Perhatian Masyarakat pada Lansia. [www.depsos.go.id](http://www.depsos.go.id). Accessed 8 Juni 2009.

Agus. 2003. Mengenal Kesehatan Lansia. Jakarta : EGC.

Arikunto, S. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI. Jakarta : Rineka Cipta.

Azwar, S. 2007. Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Azwar, S. 2004. Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Depkes. 2001. Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa III Cetakan Pertama. Depkes RI.

Erfandy. 2008. Kebijakan Pelayanan kesehatan Lansia. [www.depsos.go.id](http://www.depsos.go.id). Accessed 8 Juni 2009.

Handayani. 2003. Hubungan Tingkat Kemampuan dan Aktivitas Dasar Sehari-hari dengan Tingkat Depresi pada Lansia yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta. Fakultas Kedokteran. Yogyakarta

Hermana. 2006. Perawatan Lanjut Usia. Jakarta : EGC. Kaplan, H.I & Saddock, B.J. 1997. Sinopsis Psikiatri Alih Bahasa. Jakarta : Binarupa Aksara.

Lueckenotte, A G. 2000. Gerontologic Nursing. Mosby : Year book.

Mangoenprasodjo. 2005. Kesehatan Lanjut Usia. Jakarta : EGC.

Maurus, J. 2007. Bahagia di Hari Tua. Yogyakarta : Trubadur.

Nugroho, wahyudi. 2000. Keperawatan Gerontik Edisi 2. Jakarta: EGC.

Norman. 2007. Psikologi Klinis. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2002. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

PPDGJ III. 2001. Diagnosis gangguan jiwa. Jakarta : PT Nuh Jaya.

Pertiwi. 2001.Skripsi : Kesepian Ditinjau dari Aktivitas dan Tempat Tinggal Lansia Pensiun yang Bertipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. Fakultas Kedokteran UGM. Yogyakarta.